

# 心道会館だより 2025. 2月号

～心道会館は個人でも団体でもご利用頂ける、剣道場と柔道場のある会館です。～

発行元: 三田市心道会館

指定管理: 株式会社 清光社

〒669-1533 三田市三田町 19-33 FAX/TEL079-559-0771

HPアドレス <https://www.shindokaikan.com>



インフルエンザが猛威をふるっています。今一度、基本的な予防対策を徹底し、「かからない・うつさない」ように注意しましょう。

手洗い・うがいはもちろん、喉の乾燥を防ぐ為こまめに水分補給をしましょう。部屋の湿度も50～60%程度になるよう、加湿器を利用したり、加湿器が無くても洗濯物を干すなどすると同じような効果が得られるようです。

また、外出中に衣類に付着したウイルスを家の中に持ち込まないため、コートなどは玄関でぬいでしまいましょう。

人混みではマスクを着用するなどして、しっかり対策していきましょう！！

## ◆ 2月の予約状況 ◆

	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時
休館日	① ②	2/3(月)・2/10(月)・2/17(月)・2/25(火)											
月	① ②												
火	① ②	ひまわり体操								尚勇館(剣道)		少林寺	
水	① ②	剣道	太極拳		ヨガ同好会				古武道		テコンドー		
木	① ②									尚勇館(剣道)			
金	① ②	剣道	剣詩舞(踊り)		鈴の会(踊り)						古武道		
土	① ②	太極拳(第4のみ) 少林寺9～11		尚勇館(剣道)(2・3w)		居合術(2・4w)		杖道		テコンドー			
日	① ②	土曜柔道会		少林寺(4w)		総合格闘技		心道館少年柔道					
	① ②	居合術		居合道(2・4w)		修猷館(1・2w)							
	① ②	心道館少年柔道		合気道		北神柔道少年団		不動館(空手)					

☆予約状況は日々更新していますので、お電話またはHP(三田市心道会館)にてご確認ください。

☆フロア利用料は9:00～17:00までが1時間500円 17:00～21:00までが1時間600円です。

尚、市外の方はご利用料金が倍額になります。

キャンセル料について 利用日の3日前までは無料、利用日の2日前から全額いただきます。

月曜日は休館日(祝日の場合は開館、火曜日が休館)ですので、ご注意ください。

# 活動グループの紹介

## 三田合気道同好会

活動日時 毎週日曜日

11:00～13:00



合気道は、日本の伝統的な武術から出発した非常に優れた心身鍛錬法としての特徴を持っています。

また、合気道の技法は「気の流れと集中」を非常に重視しており、お互いに離れた場所から動作を起こし、一瞬触れ合うところで変化して相手を制するもので、これは他の武道には見られない特徴でもあります。構え、受け身、膝行、体さばき、手刀、

呼吸力など基本動作の稽古をしながら、「座り技」

「半身半立ち技」「立ち技」「武器取りの技」の各技法を他の武道のように試合形式をとらず、型稽古を通じて無理なく身につけていきます。

私どもは、三田市内の合気道同好会

として、少人数ではありますが、心身鍛錬と身体操法を重視した合気道の稽古に励んでおります。

男女を問わず無理のない稽古をすることにより、足腰も鍛えられ、また体力も自然とついてきます。

興味のある方は、ぜひ一度見学にお越しください。

一緒に稽古をしましょう。



入会費 なし

会費 月額 中学生 500円  
高校生以上 千円

(別途スポーツ安全保険の加入が必要です。)

\*連絡先 三田合気道同好会代表 森田  
Tel/Fax 079-563-0218

お気軽にお問い合わせください。